



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ISPANAKLI LOKMA

2 adet yumurta
1 su bardağı yoğurt
10 yaprak ıspanak
1 paket kabartma tozu
2 su bardağı un
1 tatlı kaşığı tuz
Kızartma yağı

İspanak dışındaki malzemeler iyice çırpılır. Sonra ince kıyılmış ıspanak eklenir. Kızgın yağı kaşıkla bırakılır, iki yüzü altın rengi kızartılır.